



ÅRSREGNSKAPET FOR REGNSKAPSÅRET 2025 - GENERELL INFORMASJON

Enheten

Organisasjonsnummer: 916 903 634
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENINGSGLEDE AS
Forretningsadresse: Almelien 28B
1358 JAR

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2025 - 31.12.2025

Konsern

Morselskap i konsern: Nei

Regnskapsregler

Regler for små foretak benyttet: Ja
Benyttet ved utarbeidelsen av årsregnskapet til selskapet: Regnskapslovens alminnelige regler

Årsregnskapet fastsatt av kompetent organ

Bekreftet av representant for selskapet: Trine Bækkevar Semb
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 20.03.2026

Grunnlag for avgivelse

År 2025: Årsregnskapet er elektronisk innlevert
År 2024: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2025

Det er ikke krav til at årsregnskapet m.v. som sendes til Regnskapsregisteret er undertegnet. Kontrollen på at dette er utført ligger hos revisor/enhetens øverste organ. Sikkerheten ivaretas ved at innsender har rolle/rettighet for innsending av årsregnskapet via Altinn, og ved at det bekreftes at årsregnskapet er fastsatt av kompetent organ.

Brønnøysundregistrene, 16.04.2026



Resultatregnskap

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		685 359	653 279
Sum inntekter		685 359	653 279
Kostnader			
Lønnskostnad		434 491	257 045
Annen driftskostnad		233 266	369 540
Sum kostnader		667 757	626 585
Driftsresultat		17 602	26 694
Annen rentekostnad			69
Sum finanskostnader			69
Netto finans			-69
Resultat før skattekostnad		17 602	26 625
Skattekostnad på resultat		3 873	5 857
Årsresultat		13 729	20 768
Årsresultat etter minoritetsinteresser		13 729	20 768
Totalresultat		13 729	20 768
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		13 729	20 768
Sum overføringer og disponeringer		13 729	20 768



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel		22 155	26 028
Sum immaterielle eiendeler		22 155	26 028
Sum anleggsmidler		22 155	26 028
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		4 600	1 500
Andre kortsiktige fordringer			753
Sum fordringer		4 600	2 253
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o.l.		148 381	102 596
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		148 381	102 596
Sum omløpsmidler		152 981	104 849
SUM EIENDELER		175 136	130 877
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap		14 700	28 429
Sum opptjent egenkapital		-14 700	-28 429



Balanse

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
Sum egenkapital		15 300	1 571
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		67 680	66 936
Skattetrekk og andre trekk		18 917	21 042
Annen kortsiktig gjeld		73 239	41 328
Sum kortsiktig gjeld		159 835	129 306
Sum gjeld		159 835	129 306
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		175 136	130 877



Brønnøysundregistrene

ÅRSREGNSKAP FOR REGNSKAPSÅRET 2025 - GENERELL INFORMASJON

Journalnummer: 2026 377844

Virksomheten

Organisasjonsnummer: 916 903 634
Organisasjonsform: Aksjeselskap
Foretaksnavn: TRENINGSGLEDE AS
Forretningsadresse: Almelien 28B
1358 JAR

Regnskapsår

Årsregnskapets periode: 01.01.2025 - 31.12.2025

Konsern

Morselskap i konsern: Nei

Regnskapsregler

Regler for små foretak benyttet: Ja
Benyttet ved utarbeidelsen av
årsregnskapet: Regnskapslovens alminnelige regler

Årsregnskapet fastsatt av kompetent organ

Bekreftet av: Trine Bækkevar Semb
Dato for fastsettelse av årsregnskapet: 20.03.2026

Revisjon

Selskapet har besluttet at årsregnskapet
ikke skal revideres: Ja
Ekstern autorisert regnskapsfører har i
løpet av regnskapsåret bistått ved den
løpende regnskapsføringen eller utført
andre tjenester for selskapet enn å
utarbeide årsregnskapet: Ja

Grunnlag for avgivelse

År 2025: Årsregnskap er elektronisk innlevert.
År 2024: Tall er hentet fra elektronisk innlevert årsregnskap fra 2025.

Virksomheten sitt øverste organ er ansvarlig for at årsregnskapet er signert. Det er mulig å levere årsregnskap uten signatur fordi sikkerheten for rett rapportering er ivaretatt ved at innsenderen har rolle/rettighet for innsending i Altinn. Navnet på representanten, som bekrefter at årsregnskapet er godkjent, er i tillegg oppgitt.

Brønnøysundregistrene, 15.04.2026



Organisasjonsnr: 916 903 634
TRENINGSGLEDE AS

RESULTATREGNSKAP

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
RESULTATREGNSKAP			
Inntekter			
Salgsinntekt		685 359	653 279
Sum inntekter		685 359	653 279
Kostnader			
Lønnskostnad		434 491	257 045
Annen driftskostnad		233 266	369 540
Sum kostnader		667 757	626 585
Driftsresultat		17 602	26 694
Annen rentekostnad			69
Sum finanskostnader			69
Netto finans			-69
Resultat før skattekostnad		17 602	26 625
Skattekostnad på resultat		3 873	5 857
Årsresultat		13 729	20 768
Årsresultat etter minoritetsinteresser		13 729	20 768
Totalresultat		13 729	20 768
Overføringer og disponeringer			
Udekket tap		13 729	20 768
Sum overføringer og disponeringer		13 729	20 768



Organisasjonsnr: 916 903 634
TRENINGSGLEDE AS

BALANSE

Beløp i: NOK	Note	2025	2024
BALANSE - EIENDELER			
Anleggsmidler			
Immaterielle eiendeler			
Utsatt skattefordel		22 155	26 028
Sum immaterielle eiendeler		22 155	26 028
Sum anleggsmidler		22 155	26 028
Omløpsmidler			
Varer			
Fordringer			
Kundefordringer		4 600	1 500
Andre kortsiktige fordringer			753
Sum fordringer		4 600	2 253
Bankinnskudd, kontanter og lignende			
Bankinnskudd, kontanter o. l.		148 381	102 596
Sum bankinnskudd, kontanter og lignende		148 381	102 596
Sum omløpsmidler		152 981	104 849
SUM EIENDELER		175 136	130 877
BALANSE - EGENKAPITAL OG GJELD			
Egenkapital			
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap		14 700	28 429
Sum opptjent egenkapital		-14 700	-28 429
Sum egenkapital		15 300	1 571
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		67 680	66 936
Skattetrekk og andre trekk		18 917	21 042
Annen kortsiktig gjeld		73 239	41 328
Sum kortsiktig gjeld		159 835	129 306



Sum gjeld	159 835	129 306
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	175 136	130 877



Organisasjonsnr: 916 903 634
TRENINGSGLEDE AS

NOTEOPPLYSNINGER - SELSKAP

- alle poster oppgitt i hele tall

Note

Antall årsverk i regnskapsåret
1.00



Treningsglede AS
Resultatregnskap 01.01-31.12

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2025	2024
Salgsinntekt		<u>685 359</u>	<u>653 279</u>
Sum driftsinntekter		685 359	653 279
Lønnskostnad		434 491	257 045
Annen driftskostnad		<u>233 266</u>	<u>369 540</u>
Sum driftskostnader		667 757	626 585
Driftsresultat		17 602	26 694
Finansinntekter og finanskostnader			
Rentekostnad		0	69
Resultat av finansposter		0	-69
Resultat før skattekostnad		17 602	26 625
Skattekostnad på resultat		3 873	5 857
Årsresultat		13 729	20 768
Overføringer			
Avsatt til dekning av tidligere udekket tap		<u>13 729</u>	<u>20 768</u>
Sum overføringer		13 729	20 768



Treningsglede AS

Balanse

Eiendeler	Note	2025	2024
Utsatt skattefordel		22 155	26 028
Sum immaterielle eiendeler		22 155	26 028
Varige driftsmidler			
Sum anleggsmidler		22 155	26 028
Omløpsmidler			
Fordringer			
Kundefordringer		4 600	1 500
Andre kortsiktige fordringer		0	753
Sum fordringer		4 600	2 253
Bankinnskudd, kontanter o.l.		148 381	102 596
Sum omløpsmidler		152 981	104 849
Sum eiendeler		175 136	130 877



Treningsglede AS

Balanse

Egenkapital og gjeld	Note	2025	2024
Innskutt egenkapital			
Aksjekapital		30 000	30 000
Sum innskutt egenkapital		30 000	30 000
Opptjent egenkapital			
Udekket tap		-14 700	-28 429
Sum opptjent egenkapital		-14 700	-28 429
Sum egenkapital		15 300	1 571
Gjeld			
Kortsiktig gjeld			
Leverandørgjeld		67 680	66 936
Skattetrekk og andre trekk		18 917	21 042
Annen kortsiktig gjeld		73 239	41 328
Sum kortsiktig gjeld		159 835	129 306
Sum gjeld		159 835	129 306
Sum egenkapital og gjeld		175 136	130 877

Jar, 20.03.2026
Styret i Treningsglede AS

Trine Bækkevar Semb
Trine Bækkevar Semb
styreleder

Frode Semb
Frode Semb
styremedlem



Treningsglede AS

Noter til regnskapet for 2025

Note 1 Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk for små foretak.

a) Driftsinntekter

Tjenester inntektsføres etter hvert som de leveres.

b) Omløpsmidler/Kortsiktig gjeld

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter normalt poster som forfaller til betaling innen ett år etter balansedagen, samt poster som knytter seg til tjenesteleveransene (varekretslopet). Omløpsmidler vurderes til laveste verdi av anskaffelseskost og antatt virkelig verdi.

c) Anleggsmidler/Langsiktig gjeld

Anleggsmidler omfatter eiendeler bestemt til varig eie og bruk. Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost. Varige driftsmidler balanseføres og avskrives over driftsmidlets økonomiske levetid. Varige driftsmidler nedskrives til gjenvinnbart beløp ved verdifall som forventes ikke å være forbigående. Gjenvinnbart beløp er det høyeste av netto salgsverdi og verdi i bruk. Verdi i bruk er nåverdi av fremtidige kontantstrømmer knyttet til eiendelen. Nedskrivningen reverseres når grunnlaget for nedskrivningen ikke lenger er til stede.

d) Valuta

Pengeposter i utenlandsk valuta vurderes etter kursen ved regnskapsårets slutt.

e) Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer oppføres til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av en individuell vurdering av de enkelte fordringene. I tillegg gjøres det for øvrige kundefordringer en uspesifisert avsetning for å dekke antatt tap.

f) Skatt

Skattekostnaden i resultatregnskapet omfatter både periodens betalbare skatt og endring i utsatt skatt. Utsatt skatt er beregnet med 22% på grunnlag av de midlertidige forskjeller som eksisterer mellom regnskapsmessige og skattemessige verdier, samt ligningsmessig underskudd til fremføring ved utgangen av regnskapsåret. Skatteøkende og skattereduserende midlertidige forskjeller som reverserer eller kan reversere i samme periode er utlignet og nettoført.

Note 2 Ytelser/godtgjørelser til styret

Det er ikke utbetalt godtgjørelse til styret og det er ikke gitt lån eller stilt sikkerhet til styremedlemmer eller andre nærstående parter.

Note 3 Antall aksjer, aksjeeiere m.v

Aksjekapitalen i selskapet er på kr 30.000 fordelt på 300 aksjer á kr 100.

Alle aksjene gir samme rettigheter i selskapet. Samtlige aksjer i selskapet eies av Trine Bækkevar Semb som er styrets leder.

Note 4 Pensjonsforpliktelser

Selskapet er ikke pliktig til å ha tjenstepensjonsordning etter lov om obligatorisk tjenstepensjon.